

LES BACTERIES ...EN HIBERNATION DANS LE CONGEL !

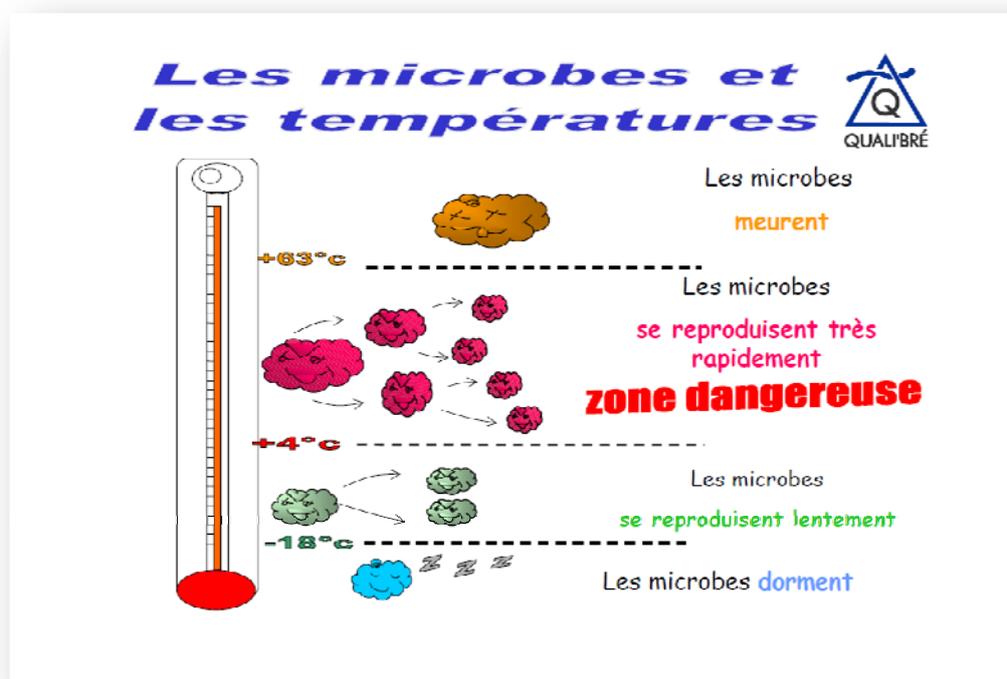
Pourquoi ne doit-on jamais recongeler un produit décongelé ??

Sachez qu'il n'y a pas que nous qui sommes stressés dans la vie !... les bactéries aussi !

La plupart des bactéries ne sont absolument pas altérées par la congélation des denrées alimentaires.

Le congélateur (dont la température doit être inférieure à -18°C) permet de stopper la reproduction des bactéries... oui...mais lorsque vous sortez un produit de votre congélateur... ça réveille ces bactéries et elles sont quelque peu énervées !

Du coup, elles se reproduisent beaucoup plus vite, altérant le produit et produisant des toxines au passage. C'est ce qu'on appelle le STRESS bactérien. Or, si vous recongeler un produit, vous allez de nouveau stresser nos bactéries.. qui seront encore plus énervées lorsque vous décongèlerez une nouvelle fois... et là .. c'est le drame. NO STRESS !



LES BACTERIES ... EN ACTIVITE DANS LES YAOURTS 😊

Pourquoi doit-on mettre un yaourt pour faire un yaourt ?

Savez vous qu'un yaourt est un produit ultra-vivant, vous mangez environ 35 millions de bactéries par gramme de yaourt !

Ces bactéries sont merveilleuses pour notre flore intestinale et nous aident à digérer en toute quiétude.

Pour qu'un yaourt puisse s'appeler yaourt, il faut au minimum que 2 familles de bactéries soient présentes = streptococcus thermophilus et lactobacillus bulgaricus.

Pour que le lait fermente, il faut donc apporter ces 2 familles de bactéries.

Les industriels apportent ces ferments dans des proportions qui tiennent du secret et de la recette bien protégée...

A la maison, il suffit de reprendre un yaourt : l'ajout de lait et d'une température idéale permet de faire une culture bactérienne tellement dense qu'il n'y a plus de place pour les mauvaises bactéries !

Bon appétit !